

Bernaldino Borges Moreira

**QUALIDADE DE VIDA E LAZER: O CASO DOS RABELADOS DE
ESPINHO BRANCO**

Bacharelato em Educação Física

Trabalho Científico, apresentado na Universidade de Cabo Verde para obtenção do grau de Bacharelato em Educação Física, sob orientação da Mestre Filomena Fortes.

Página de Aprovação

Trabalho científico subordinado ao tema Qualidade de Vida e Lazer: O Caso dos Rabelados de Espinho Branco elaborado por Bernaldino Borges Moreira.

O Júri

Presidente

Orientadora

Arguente

Praia, _____ de _____ de _____

Dedicatória

A Deus, por me dar a força e capacidade para completar esta rude e ao meu filho Rony.

Agradecimentos

A minha professora Filomena Fortes por me conceder a oportunidade de ser minha orientadora e compartilhar comigo um pouco de sua sabedoria. Muito obrigado, pelos momentos de orientação e por me mostrar os caminhos da pesquisa, sempre com muita paciência.

Agradeço aos meus familiares e amigos, que tanto contribuíram para que pudesse progredir nos meus estudos. Um agradecimento especial aos meus pais, por estarem ao meu lado em todas as situações.

Aos meus amigos, e colegas de estágio, principalmente Sidney Magal, Alinho Lopes e Bruno que colaboraram para que este trabalho fosse concluído. E também a todos os professores do curso de Educação Física.

E agradeço com muito amor aquele que sempre esteve ao meu lado, me incentivou, auxiliando, amparando e compreendendo minha angústia. Aos meus irmãos Austelino, Gustavo, as minhas irmãs e a minha prima Natalina.

Aos Rabelados de Espinho Branco pela simpatia e pela disponibilidade para conversarem comigo.

A todos o meu muito obrigado.

Índice

Introdução.....	8
CAPÍTULO I - CARACTERÍSTICAS GERAIS DOS RABELADOS	11
1.1. Origem dos Rabelados.....	13
1.2. Situação actual dos Rabelados	16
1.3. Aspecto Económico.....	16
1.4. Aspecto Cultural.....	18
1.5. Aspecto Social.....	18
1.6. Aspecto Religioso	19
1.7. Relação com a população vizinha	20
CAPÍTULO II – ENQUADRAMENTO TEÓRICO	21
2.1. Lazer e qualidade de vida	21
2.2. Tempo Livre.....	26
2.3. Diferenças entre Recreação, Lazer, Jogo e Brincadeira	28
2.4. Recreação e lazer.....	29
2.5. Características da recreação e lazer.....	30
2.6. Benefícios da recreação e lazer	30
CAPÍTULO III – ENQUADRAMENTO METODOLÓGICO	31
3.1- Descrição da metodologia utilizada e sua justificação	31
3.2 - População do estudo e selecção da amostra	31
3.3 Procedimentos de recolha.....	33
3.4. Apresentação e análise dos dados	33
3.4.1 Perfil dos inquiridos	34
CAPÍTULO IV – ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS.....	39
CAPÍTULO V – CONCLUSÕES E RECOMENDAÇÕES	42
LIMITAÇÕES DO ESTUDO	44
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	45

Índice de Figuras

Figura 1 – Comunidade dos Rabelados de Espinho Branco	13
Figura 2 – Pescadores Rabelados.....	16
Figura 3 – Chefe dos Rabelados	16
Figura 4 – Rabelados trabalhando o barro	17
Figura 5 – Mulher pintando.....	17
Figura 6 – Arte dos Rabelados	17
Figura 7– Mulher cosendo a roupa	18
Figura 8 – Famílias reunidas	19
Figura 9 – Culto dos Rabelados.....	19
Figura 10 – Mapa da Ilha de Santiago	32

Índice de Tabelas

Tabela 1 - Distribuição da amostra segundo a Idade	34
Tabela 2-Distribuição da amostra em função do género.....	34
Tabela 3- Distribuição da amostra segundo o agregado familiar	34
Tabela 4- Estado civil dos inquiridos.....	35
Tabela 5- Rendimento familiar dos inquiridos	35
Tabela 6- Grau de escolaridade dos rabelados	35
Tabela 7 – Sentimento de prazer pelo trabalho realizado	35
Tabela 8 – Sentimento de prazer na realização de uma actividade em tempo de trabalho vs fora dele	36
Tabela 9 – Frequência de cuidados da família e participação na arrumação da casa durante o tempo livre.	36
Tabela 10 – Frequência de descanso depois do almoço.....	36
Tabela 11- Frequência de passeios ou conversa com amigos	37
Tabela 12- Frequência em praticar ou assistir qualquer tipo de actividade desportiva ..	37
Tabela 13 - Actividades que proporcionam mais prazer no dia-a-dia.	37
Tabela 14 - Actividades que mais gostam de realizar.....	38

Introdução

Na sociedade actual um dos temas mais discutidos é o lazer. Mesmo a discussão sobre qualidade de vida, passa sempre pela vivência de actividades de lazer no “tempo livre” como sendo fundamentais para uma melhoria na condição geral de vida das pessoas.

Devido à importância atribuída ao desporto e ao lazer em nossa sociedade, tais temas, nas últimas décadas, têm sido objectos de estudo e de discussões no meio académico-científico. Entendemos que a criação/existência/satisfação das necessidades sociais e individuais de lazer envolve “hábitos de consumo”, os quais estão ligados aos “estilos de vida”.

Mesmo a discussão sobre qualidade de vida, tão em moda no nosso quotidiano, passa sempre pela vivência de actividades de lazer no “tempo livre” como sendo fundamentais para uma melhoria na condição geral de vida das pessoas. O súbito interesse pelo lazer vem tornando o termo de uso comum na sociedade actual. As pessoas, na maioria das vezes influenciadas pelo poder da mídia, vêem o lazer como mais um produto a ser consumido, comprado pelo poder do capital.

A maioria dos estudos sobre o fenómeno lazer enfoca sua actuação enquanto contraposição ao trabalho. O tempo destinado às actividades de lazer seria o tempo de “não-trabalho” e viria da necessidade de fugir temporariamente das rotinas provocadas pelo trabalho formal, que surge após a Revolução Industrial, e que muda a relação dos indivíduos com a sua busca pela subsistência. “O lazer, como instância distinta e específica da vida social, só é percebido com o advento da Revolução Industrial e a separação dos espaços familiares, comunitários e profissionais, ou seja, existe no objecto lazer um aspecto histórico de “não-trabalho” (Gutierrez, 2001,6).¹

A modernidade vem acompanhada de mudanças comportamentais, novas atitudes e as pessoas estão cada vez mais carregadas de trabalho, de informações, de eventos e de afazeres. Todo este acúmulo tende a deixar o indivíduo propenso há males

¹ Gutierrez, G. L.(2001) Lazer e prazer: questões metodológicas e alternativas políticas. Campinas – SP: Autores Associados.

relacionados ao stress e doenças crónicas, entre as quais se encontram problemas de coluna, fadiga muscular e mental, além do desenvolvimento de lesões de esforço repetitivo e “dort’s” (Maia, *in* Moreira, org., 2001).²

É importante observar que na proporção em que aumentam as restrições na sociedade, cresce o número de actividades de lazer que surgem como possibilidades para a libertação do *stress* causado por elas. Dentro dos factores que colaboram para a melhoria na qualidade de vida, neste trabalho, será destacado o lazer.

Dentre a grande variedade de actividades de lazer que as sociedades mais complexas oferecem, a adopção de determinada prática de lazer é feita de acordo com os temperamentos, constituição física, necessidades, afectivas ou emocionais.

Elias e Dunning (1992) evidenciam a relevância das reacções emocionais no lazer por desempenharem funções de quebra da rotina e gerarem uma tensão/excitação agradável. Observam, ainda, a existência de actividades de lazer como uma área social de libertação das restrições do não lazer nas sociedades em diferentes estágios de desenvolvimento, constatando que a generalização das restrições sobre o comportamento dos indivíduos e a simultânea internalização das mesmas reflectem-se, também, na área do lazer. Isso quer dizer que a excitação e a emoção compensadora que as pessoas buscam nas actividades de lazer são limitadas igualmente por restrições civilizadoras. Assim, também, o desenvolvimento de tais actividades no interior da sociedade é determinado pelas necessidades sociais e individuais, ressaltando que as necessidades individuais podem ser psicológicas ou biológicas.

Ao ser-nos colocado a necessidade da escolha de um campo de pesquisa, que reflectisse a interdisciplinaridade do curso de Bacharelato em Educação Física, desde logo levantou-se a hipótese de tratar questões relacionadas com o lazer. Se a escolha da temática não foi difícil, o mesmo não se poderá dizer em relação a comunidade alvo de estudo, os Rabelados de Espinho Branco.

² Maia, A.S (2001) - Viver com qualidade: desafio para o século XXI *in* Moreira, W.W.(org.) – Qualidade de vida: Complexidade e educação. *Papiros*. São Paulo.

A comunidade dos Rabelados de Espinho Branco tem características muito específicas, com um sentido de grupo muito vincado e manifestações culturais muito ricas e diversificadas. Logo, faz todo o sentido fazer uma aproximação a esse grupo, tentando perceber de que formas fazem a gestão do seu tempo destinado ao lazer.

Neste sentido, a escolha do tema “Qualidade de vida e lazer” realizado na comunidade dos Rabelados, na Ilha de Santiago, no Concelho de São Miguel Espinho Branco, tem como objectivo conhecer como eles gerem o tempo livre bem como as actividades de lazer desenvolvidas por este grupo.

O trabalho encontra-se estruturado em cinco capítulos, a saber: Capítulo I – Características Gerais sobre a comunidade dos Rabelados; Capítulo II- Enquadramento Teórico; Capítulo III - Enquadramento Metodológico; Capítulo IV-; Análise e discussão dos resultados Capítulo V – Conclusões e recomendações.

No primeiro capítulo faremos uma contextualização do estudo tendo como ponto de partida as características gerais sobre a comunidade dos Rabelados para que no segundo capítulo nos debrucemos sobre o enquadramento teórico onde integra os pressupostos teóricos que serviram de base a este estudo.

O terceiro capítulo, Enquadramento Metodológico, encontra-se dividido em cinco pontos: o primeiro apresenta a descrição da metodologia utilizada e sua justificação, enquadrando-se numa metodologia de natureza qualitativa/quantitativa; o segundo define a população a quem se dirige e os participantes na investigação, incluindo, ainda, o processo de selecção dos participantes e as características dos mesmos; o terceiro inscreve a metodologia utilizada na recolha de dados, ao nível do método utilizado, o quarto na análise dos dados.

O capítulo análise e discussão dos resultados apresenta e analisa os resultados recolhidos, tendo em conta os objectivos deste estudo, as questões de investigação colocadas inicialmente e a revisão da literatura efectuada.

No último capítulo deste trabalho apresentam-se alguns dados conclusivos, bem como algumas recomendações para estudos futuros.

CAPÍTULO I - CARACTERÍSTICAS GERAIS DOS RABELADOS

Os Rabelados são uma comunidade religiosa que se encontram no interior da ilha de Santiago. Habitam nas montanhas e lugares de difícil acesso onde, no passado, se refugiaram para se escaparem às perseguições e torturas a que foram submetidos por se terem oposto à introdução do novo sistema do ensino da religião católica em Cabo Verde.

Agruparam-se em comunidade própria, distinta da sociedade em geral, com os seus princípios de forma de viver.

Eles valorizam os aspectos espirituais em detrimento aos de natureza económica ou seja, material. Vivem em casas feitas de ramos de palmeiras com o chão de terra batida. Dizem que Jesus Cristo nasceu pobre numa manjedoura e por isso, não aceitam outro tipo de habitação. Segundo o chefe Tchetcho na altura do juízo final “Ele recebe-nos como mandou-nos para o mundo”.

Reúnem semanalmente (sábados e domingos), a partir das dez e meia da manhã numa das comunidades dos rabelados. A recepção é da responsabilidade do “ chefe Tchetcho”. Normalmente durante a viagem entre as comunidades fazem-se as cerimónias acompanhadas de cânticos.

A cerimónia feita pelo chefe, baseia-se na leitura dos livros antigos, como o evangelho, sagrada escritura, bíblia sagrada antiga. Eles não têm qualquer livro escrito recentemente, argumentando que Deus não pôde ter-se enganado quando escreveu o primeiro, o original, portanto o livro de Deus é só um, o original.

Esses grupos não confiam, ou melhor não acreditam nas autoridades eclesásticas actuais, isto é, os padres de batinas brancas como é apelidado muitas vezes no interior do grupo. São católicos assumidos que apenas não admitem mudanças e ideias novas no seio da igreja, por serem contrárias aos princípios de Deus. Segundo o chefe a palavra de Deus é eterna e não pode ser mudada.

As doenças, nem que sejam graves, eles tentam muitas vezes não frequentar os hospitais, porque para eles, o primeiro tratamento é pela fé e o segundo faz-se a consulta através do lunário perpétuo. O chefe máximo afirmou que não mandavam os seus filhos para escola oficial, pensando que poderiam trazer influências negativas para o grupo. Se

houver conflito dentro do grupo geralmente é recolhido pelo chefe baseando na lei de Deus.

Eles reconciliam-se com Deus de todas as formas e tudo o que necessitarem tais como a chuva, saúde, auxílio e paz, pedem a Deus, com quem dizem comunicarem-se sempre.

No caso de o chefe morrer, não há qualquer preparação, nem proposta. Segundo a evolução do grupo até esse momento o poder é transmitido de pai para filho, isto é, o substituto de Nhó Agostinho foi o seu filho Tchetcho.

Antes, as mulheres não podiam dançar nem cantar, mas agora até já têm um grupo de batuku. As mulheres nos Rabelados são mães muito jovens. Com cerca de 13 a 14 anos. Juntam-se e têm filhos e depois, as suas vidas, são dedicadas aos mesmos.

De vez enquanto, em ocasiões especiais, fazem ladainhas, que se prolongam pela noite dentro, começando às 6 da tarde e terminando antes do canto do primeiro galo. Logo após a morte de uma pessoa e no dia em que levam o corpo ao cemitério, cantam hinos e rezam, tanto na ida como no regresso.

Depois, quando chegam a casa, sentam-se nas esteiras, isto é, velam o espírito das mortes durante oito dias seguidos, acendendo as velas e fazendo novenas todas as noites até ao amanhecer. Ao oitavo dia, fazem-lhe a véspera, seguida de uma ladainha, que se prolonga até ao amanhecer do nono dia, que se conclui com o cântico à luz.

O enterro é feito numa jangada de pau de sisal, revestida de um pano branco coberto por uma divisa de pano preto, em forma de cruz.

A mesa onde fazem as ladainhas têm de estar todas vestidas de branco com uma cruz também revestidas de branco, para poder haver luz.

Quanto às suas festas, são totalmente espirituais, com rezas, ladainhas, novenas, que dizem os fazerem aproximar-se ainda mais de Deus.



Figura 1: Comunidade dos Rabelados de Espinho Branco

1.1. Origem dos Rabelados

Pode-se dizer que a origem dos Rabelados está ligada as causas antigas, isto é, deve-se recorrer de uma certa forma ao século passado ou melhor a própria forma como se processou o povoamento dessa ilha.

Os primeiros europeus que cá chegaram encontraram a ilha despovoada, daí que tiveram a necessidade de recorrer aos escravos negros africanos a fim de processar e efectivar o povoamento da mesma. O recrutamento dos escravos africanos deve-se as dificuldades enfrentadas em trazer os europeus para essa ilha, pois começaram a receber escravos negros trazidos da costa ocidental africana, pertencentes a vários grupos étnicos como: mandjacos, jalofo, mandingas entre outros, que trouxeram consigo as suas culturas, suas crenças religiosas, os seus hábitos e costumes de um modo geral, as suas formas de vida.

A língua falada por diferentes grupos africanos dos quais foram trazidas pelos negros não era compreendida pelos europeus. O mais difícil era distribuir uma cultura trazida pelos africanos e incuti-lhes uma outra que era estranha para os negros. Os africanos que já tinham a sua própria língua e o seu modo de viver, apresentaram uma certa resistência cultural e consequentemente a assimilação de novos costumes. A inviabilização dos africanos nas ilhas não dependia só da língua, mas também de outros factores.

No que toca ao factor religioso, os negros já tinham as suas crenças, ritos, magia religiosas definidas em função das suas áreas geográficas, tinham as suas formas de

adoração e comunicação com a entidade divina (Deuses) diferentes das civilizações europeias. Seria pois difícil destruir essa forma religiosa.

Como se sabe o número de europeus era bastante inferior aos negros, de modo que havia sempre necessidade de recorrer as pessoas com fraca formação religiosa para ajudar na inviabilização. A mensagem cristã, o catolicismo de um modo particular, foi transmitida de geração em geração, mas sempre acompanhadas de crenças, ritos e magias.

No início desse século a ilha de Santiago sobretudo o concelho do Tarrafal foi vítima de um abandono sacerdotal, por falta de padres, o que levou as pessoas do interior a praticarem de sua maneira o catolicismo acompanhado das crenças e ritos africanos. Eles eram aceites e considerados pelos padres antigos porque era talvez a única forma de continuar com o catolicismo e a maneira mais viável para a sua aprendizagem.

A formação dessas pessoas veio a acontecer a partir da década de quarenta (1942/43), época em que se verificou a chegada dos primeiros padres da congregação do Espírito Santo com a missão de introduzir inovação no seio da igreja católica no país. Esses padres não foram bem recebidos pelas populações rurais porque viam neles comportamentos e hábitos diferentes. Os padres andavam de moto e usavam batinas brancas, algo que os diferenciava dos padres antigos o que provocou um certo descrédito por parte da população.

As populações rurais, sobretudo as do concelho do Tarrafal em particular, já estavam acostumadas a conviver com os padres de batinas pretas e colaboravam na celebração das missas. Chegaram ao ponto de algumas vezes substituírem os padres devido a ausência e insuficiência dos mesmos no concelho. Recebiam dos padres livros antigos que lhes ajudavam nas suas realizações religiosas, hinos, rezas e novenas.

A chegada desses padres novos significava a aliança as suas actividades religiosas e isso veio a concretizar-se com a proibição de praticar algumas actividades, tais como: fazer novenas e ladainhas em casa.

A reacção da população foi tão grande ao ponto de muitos deixarem de frequentar a Igreja, baptizar os filhos, casar na igreja, passando a realizar as suas

crenças em casa com ajuda dos livros, apesar de algumas pessoas continuarem a frequentar a Igreja.

Os que deixaram de a frequentar passaram a juntar-se em casa de algumas pessoas que sabiam ler os livros, é o caso de Nhónhó Landim, pessoa mais influente no concelho nessa altura.

A doutrina ensinada pelos padres antigos não foi totalmente posta de lado, algo que veio contribuir para reforçar o grupo de pessoas que não aceitaram as inovações.

Esses grupos vieram mais tarde a serem chamados de “incentres” e depois de Rabelados. Houve uma campanha contra a irradiação da malária na ilha em que pulverizaram e desinfetaram as casas das populações rurais, demarcação dos prédios rústicos bem como numeração das casas, que foram rejeitadas pelos “incentres”. Os Rabelados não participaram, nessa actividade, justificando por um lado serem obras dos padres novos e por outro lado ser contra os princípios de Deus, envenenar as casas e bichos. As autoridades civis não encontraram outra solução senão a de convencer através da violência para os obrigar a aceitar a desinfestação das suas casas, o que levou a abandoná-las e passaram a morar nos “funcos” e em locais muito isolados.

Segundo Júnior (1974), muitas vezes a acção das autoridades civis traduziam em castigos físicos e perseguição. Algo que assentou mais ódio e rivalidade entre os grupos, acabando por colocar neles sentimentos e consciência de grupo. Esses conjuntos de factores de aspectos reais longínquos e recentes deverão estar na base do aparecimento desse movimento religioso.

Assim, pode-se enquadrar o surgimento dos Rabelados a um período provincial, isto é, no momento em que Cabo Verde como outros países de África estiveram sobre o domínio português, os que eram considerados territórios portugueses em África e cujo sistema político não podia ser considerados laico (não religioso).

1.2. Situação actual dos Rabelados

1.3. Aspecto Económico

Actualmente os Rabelados dedicam-se a diversos tipos de actividades económicas, devido as mudanças no sector económico e provocada pela seca (falta de chuva) na ilha.

A maioria dos Rabelados vive essencialmente da agricultura de sequeiro, trabalhando em pequenas parcelas de terra. Além da agricultura, praticam a pecuária, fazem criação de gado: bovino, caprino, suíno e entre outros. Eles preocupam-se muito com os seus animais, pois eles acreditam que a continuação de alguns hábitos e costumes dependem da criação desses animais.

O artesanato é uma actividade praticada grandemente pelos Rabelados e que beneficiam de grande procura no concelho. Fazem balaies, esteiras, tina de lavar roupas, latas de transporte de água, frigideiras de bidão, pano de terra entre outros.

A pesca já em menor quantidade, é praticada tradicionalmente usando canas de carriços e linhas e praticamente só para o consumo caseiro.



Figura 2 – Pescadores Rabelados



Figura 3 – Chefe dos Rabelados



Figura 4 – Rabelados trabalhando o barro



Figura 5 – Mulher pintando



Figura 6 - Arte dos Rabelados

1.4. Aspecto Cultural

No que tange ao aspecto cultural, há que salientar duas vertentes: académica e profissional. Relativamente à cultura devo dizer que eles conservam até esse momento os aspectos mais antigos da nossa cultura. Continuam a vestir-se e a comportar-se à maneira antiga e permanecem ainda as concepções dos mais antigos acerca dos valores morais que hoje são completamente estranhas para os mais jovens, sobretudo as práticas religiosas.

Antigamente os Rabelados, não sabiam ler e nem escrever. Actualmente verifica-se que por iniciativa própria, recorreram ao círculo de cultura, a fim de aprender ler e escrever e a fazer cálculos. Os filhos dos Rabelados neste momento já frequentam a escola primária.

Através da pintora Mizá vários pintores desta comunidade, como Tchetcho têm participado em feiras nacionais e internacionais de arte contemporânea.



Figura 7- Mulher cosendo a roupa

1.5. Aspecto Social

No que toca ao aspecto social, os Rabelados passaram a beneficiar dos bens públicos de modo a não sentirem necessidade de se deslocarem aos lugares centrais para aquisição de certos produtos.

Não participam em certas cerimónias sociais e culturais devidos as suas normas. Não trabalhavam com o estado, não estão totalmente desintegrados no seio da

comunidade que pertencem, convivem com outras pessoas vizinhas sem qualquer problema e a vizinhança não os consideram pessoas estranhas.



Figura 8 – Famílias reunidas

1.6. Aspecto Religioso

As práticas religiosas desse povo foram sempre dirigidas e orientadas por pessoas que sabem ler e escrever ou seja interpretar os textos.

Os Rabelados constituem grupos católicos tradicionais muito apegados a catolicismo primitivo, defendendo a doutrina antiga pregadas pelos padres antigos.

No entanto, são grupos informais religiosos com a missão de salvar as almas humanas pois, acreditam na imortalidade das almas. Nos dias de prática dos actos religiosos, não trabalham, jejuam até ao meio da tarde.



Figura 9 – Culto dos Rabelados

1.7. Relação com a população vizinha

De maneira geral existe uma certa abertura entre os Rabelados e a vizinhança. Há uma certa relação de entre ajuda, algo que caracteriza toda a população do interior da grande ilha.

A relação dos Rabelados com a população é cada vez mais intensa devido ao forte relacionamento entre os seus filhos com os vizinhos, chega até a haver casamentos entre filhos das pessoas que não são Rabelados com as suas filhas, e vice-versa.

As relações com as autoridade civis só serão compreendidas se tivermos em conta as situações reais, de perseguição, deportação e maus-tratos inclusive castigos físicos as quais esse grupos enfrentaram durante alguns anos no início da sua existência.

Mas de um modo geral, estão disponíveis para responderam e respeitarem as decisões das autoridades e recorrendo-se delas sempre que for necessário.

No entanto, pensamos que os Rabelados têm os dias contados. Os velhos vão desaparecendo e os mais novos já pouco ou nada ligam à religião. Descem às cidades e procuram mudar de vida, por não entenderem a razão da luta dos seus pais. Actualmente, muitos já se reconverteram e o seu passado é apenas uma referência histórica.

CAPÍTULO II – ENQUADRAMENTO TEÓRICO

2.1. Lazer e qualidade de vida

A preocupação com o estilo de vida é muito antiga, surgiu com Sócrates por volta de 400 a.C. (Andujar, 2006). Desde então, pesquisadores das mais variadas áreas de conhecimento têm se dedicado para tentar explicar este fenómeno. Longos anos transcorreram, e ainda não é possível definir qualidade de vida em um conceito único e acabado, no entanto, é perceptível que os autores convergem suas teorias no que diz respeito aos aspectos da subjectividade, multidimensionalidade e a existência de dimensões positivas e negativas da qualidade de vida (Mion et al., 2005).

Em virtude do crescente número de definições do termo qualidade de vida, surge dificuldade em apontar um conceito mais completo, mas torna possível a fusão destes conceitos para se chegar a um entendimento mais concreto. A partir deste princípio, podemos mencionar que, de acordo com Gaspar (2001, p.47), pode-se definir qualidade de vida como “um conjunto subjectivo de impressões que cada ser humano possui, sendo simultaneamente um produto de diversos factores que o afectam e um processo que ele experimenta a cada momento”. Tal afirmação sustenta a teoria de que a qualidade de vida varia de indivíduo para indivíduo, e provém do resultado da variedade de experiências presenciadas pelo indivíduo. Já para Santos (2002, p.01), “a qualidade de vida boa ou excelente é aquela que oferece um mínimo de condições para que as pessoas possam desenvolver o máximo de suas potencialidades, vivendo, sentindo ou amando, trabalhando, produzindo bens ou serviços; fazendo ciência ou artes”.

Os conceitos exprimem a ideia de que a qualidade de vida se relaciona directamente ao prazer pessoal, e que sofre interferência da vida quotidiana em todos os seus aspectos, o que conduz à compreensão de que Mion et al.(2005) estavam correctos ao apontar a qualidade de vida como um factor directamente dependente da satisfação do indivíduo, bem como dos ambientes com os quais este tem contacto.

Ideia também defendida por Pilatti (2007, p.42) o qual afirma que a qualidade de vida “depende do equilíbrio de seis domínios: físico, psicológico, nível de interdependência, relações sociais, ambiente e aspectos espirituais / religião / crenças pessoais”.

Já com relação ao lazer, tomar-se-á como ponto de partida a Carta Internacional de Educação para o Lazer, da Associação Mundial de Recreação e Lazer (World Leisure and Recreation Association) – WLRA, onde se encontram as seguintes proposições:

O lazer se refere a uma área específica da experiência humana com seus próprios benefícios. [...] Abrange formas amplas de expressão e de actividades cujos elementos são tanto de natureza física quanto intelectual, social, artística ou espiritual. [...] é um meio privilegiado para o desenvolvimento pessoal, social e económico; é um aspecto importante de qualidade de vida. [...] promove a saúde e o bem-estar geral oferecendo uma variedade de oportunidades que possibilitam aos indivíduos e grupos escolherem actividades e experiências que se adequem às suas próprias necessidades, interesses e preferências.

As pessoas atingem seu pleno potencial de lazer quando estão envolvidas nas decisões que determinam as condições de seu lazer. [...] O lazer é, portanto, visto como um recurso para melhorar a qualidade de vida. (WLRA, 1993).

Para Elias (1994), o que as pessoas buscam nas ocupações de lazer é a satisfação de uma necessidade biológica que lhes foi reprimida no decorrer do processo civilizador, ou seja, sentir prazer. Assim, a satisfação do lazer – ou a falta desta – pode ser da maior importância para o bem-estar das pessoas quer como indivíduos ou como sociedades. Ele mostra que em sociedades que adoptam elevadas normas de civilização, as pessoas obrigam-se, cada vez mais e em todos os lugares, a controlar seus impulsos afectivos e emocionais mais espontâneos, bem como suas mudanças de humor, para que possam viver colectivamente.

É conveniente, no entanto, descrever alguns conceitos de lazer encontrados na literatura, definido por autores que se propuseram ao estudo do mesmo, para situarmos a nossa discussão posterior.

Marcellino (1995,39) define lazer como “... a cultura, compreendida em seu sentido mais amplo, vivenciada no tempo disponível. É fundamental como traço definidor, o carácter desinteressado dessa vivência”.

O lazer também pode ser entendido como um tempo utilizado na realização de actividades escolhidas livremente (Padilha, 2002,125); ou como actividade sem obrigatoriedade com objectivo de alcançar prazer pessoal e realizada durante o tempo livre (Gutierrez, 2001, 7).

O lazer pode ser, ainda, “uma ocupação escolhida livremente e não remunerada – escolhida, antes de tudo, porque é agradável para si mesmo” (Elias & Dunning, 1992,107).

Por estas definições torna-se possível ressaltar os dois aspectos fundamentais do lazer: o tempo e a atitude. Estudos sobre o lazer devem, portanto, levar em conta estes aspectos, tratando-os conjuntamente ou em separado.

Os conceitos de lazer nos revelam a necessidade de tentar responder ao menos duas questões de fundamental importância para a reflexão da relevância do lazer na sociedade actual: o que leva essencialmente as pessoas a buscar as actividades de lazer? O que existe subjacente a este fenómeno social que se tornou “objecto de desejo” na sociedade actual?

Para tentar responder estas questões é preciso entrar no campo da sociologia e procurar entender os aspectos histórico-sociais envolvidos tanto na procura quanto na necessidade pelas actividades de lazer.

A maioria dos estudos sobre o fenómeno lazer enfoca sua actuação enquanto contraposição ao trabalho. O tempo destinado às actividades de lazer seria o tempo de “não-trabalho” e viria da necessidade de fugir temporariamente das rotinas e alienações provocadas pelo trabalho formal, que surge após a Revolução Industrial, e que muda a relação dos indivíduos com a sua busca pela subsistência. “O lazer, como instância distinta e específica da vida social, só é percebido com o advento da Revolução Industrial e a separação dos espaços familiares, comunitários e profissionais, ou seja, existe no objecto lazer um aspecto histórico de “não-trabalho” (Gutierrez, 2001, 6).

Este autor chama a atenção para o facto desta conceitualização, baseada na dicotomia trabalho e lazer, trazer as marcas características dos autores clássicos da sociologia como Marx, Weber e Durkheim.

Ao contrário do que pode parecer, tempo livre e lazer se tratam de conceitos distintos. Partindo desse pressuposto, pode-se considerar tempo livre como o tempo liberto das ocupações de trabalho. Erroneamente se acredita que todo o tempo não dedicado ao trabalho pode ser dedicado ao lazer. Ao contrário disso, nas presentes sociedades somente parte do tempo livre é voltado para as actividades de lazer (Elias & Dunning, 1992).

Elias e Dunning (1992) entendem que as actividades de lazer levam as pessoas a um nível de excitação agradável que se tornou praticamente ausente nas sociedades industriais. Levando em conta esta análise é possível dizer que a busca pelas actividades de lazer, principalmente as de carácter mimético, é também a busca pela excitação, pela necessidade de manifestação de sentimentos fortes que foram ou que estão reprimidos pelo autocontrole dos indivíduos ou pelo controle imposto pela sociedade no processo civilizador.

O termo mimético deve ser entendido sob o aspecto de reproduzir, no lazer, sensações semelhantes às experimentadas na vida real, sem os riscos inerentes às mesmas. “Sob a forma de factos de lazer, em particular os da classe mimética, a nossa sociedade satisfaz a necessidade de experimentar em público a explosão de fortes emoções – um tipo de excitação que não perturba nem coloca em risco a relativa ordem da vida social, como sucede com as excitações de tipo sério” (Elias & Dunning, 1992, 112).

Verifica-se, então, que tanto em situações de excitação séria como em situações de lazer (miméticas) os indivíduos experimentam níveis de excitação semelhantes do ponto de vista fisiológico, mas com aspectos de carácter sociológicos e psicológicos bastante distintos.

Para entender e compreender as diferenças entre as variadas actividades de tempo livre, entre as quais se insere o lazer, (Elias & Dunning, 1992) utilizam o conceito "espectro do tempo livre", onde identifica as demais actividades, além do trabalho, que são executadas de forma rotineira. As actividades transcorridas no tempo livre, isto é, no tempo liberado do trabalho profissional, são muito variadas. Como exemplo, as sociais, de convívio com a família e até mesmo cuidados pessoais.

Só uma parte do tempo livre pode ser voltada ao lazer, para melhor compreensão deste conceito, os autores classificaram as actividades de tempo livre conforme o seu "grau de rotina" e assim essas actividades foram separadas em três grupos distintos: actividades rotineiras, actividades de formação e auto desenvolvimento e actividades de lazer.

Além das rotinas do tempo livre, Elias e Dunning (1992) mostram-nos que as modernas modalidades de lazer permitem ao indivíduo liberar-se das tensões do stress diário sem ameaçar sua integridade física e moral, proporcionando assim um meio de “produzir um descontrolo de emoções agradável e controlado”.

É possível afirmar que as actividades de lazer e em especial o desporto em suas diferentes manifestações, devido ao alto grau de relevância que possuem no contexto social, sejam caminhos extremamente importantes e interessantes para a compreensão das relações existentes em nossa sociedade.

Entender porque as pessoas buscam as actividades de lazer e perceber o processo das mesmas enquanto geradoras de emoções colabora para o entendimento das relações humanas e as suas evoluções.

As recentes actividades que se incorporaram ao leque de opções de lazer, como os desportos “radicais” também parecem ser a busca por emoções mais fortes.

Daí a importância de se identificar as características das necessidades individuais de lazer desenvolvidas em nossa sociedade e as características específicas de lazer desenvolvidas na sociedade capazes de satisfazer as necessidades individuais.

Por isso, uma sociedade precisa de dar oportunidade aos seus membros, especialmente aos mais jovens, a participação, seja como “actores” ou “espectadores” em actividades de lazer desportivas.

2.2. Tempo Livre

No que respeita ao tempo livre, de uma maneira geral, é todo o tempo liberto de ocupações profissionais remuneradas, ou seja, o oposto ao trabalho. Aquele tempo em que cada um está isento das ocupações diárias.

Jean Dumazedier, sociólogo francês que, nos anos 60 e 70 do século XX, conferiu um grande impulso aos estudos sociológicos das actividades de lazer, definiu o tempo livre como aquela parcela de tempo liberta do trabalho produtivo, salientando que é basicamente um tempo "social", propício à criação de novas relações sociais e de novos valores” (Infopédia, , 2007).

Vários autores, ao definir *tempo livre* fazem referência à liberdade de acção durante esse período, Weber, citado por Quintas & Castaño (1998,104), define como “...aquele tempo que fica depois de realizar o trabalho heterónimo, sobretudo na forma de trabalho assalariado, assim como depois de sobrar os tempos necessários para dormir, ir ao trabalho, comer e cuidar do próprio corpo”.

Uma definição semelhante é adoptada por Edgar Morin (citado por Ander- Egg) ao afirmar que, “... um tempo criativo, que nos permite lutar contra as impressões/ sensações múltiplas da nossa sociedade, é um tempo para o ócio, é uma reacção ao tempo de trabalho, é um tempo sem tempo, é um tempo de comunicação interpessoal, grupal e com o meio físico; é um tempo de compromisso social que implica a participação voluntária em actividades com dimensões sociais e integradoras”(Ander- Egg, 2001, 34).

É através deste que se manifesta o ócio. O tempo livre é o tempo em que não se trabalha e se podem realizar diversas ocupações voluntárias.

Nesta perspectiva o tempo livre é uma das condições ou dos requisitos necessários ao ócio, pois acreditamos que é imprescindível que se tenha algum tempo liberto dos afazeres e da rotina diária. A atitude da pessoa perante esta também parece ser também muito importante, uma vez que, as pessoas devem ter uma postura completamente voluntária e motivada.

Por fim, as actividades que se realizam devem proporcionar descanso, diversão e desenvolvimento.

Visando um estudo mais adequado do lazer, Elias e Dunning (1992) chamam atenção para a diferença existente entre o que seria tempo de trabalho, tempo livre e tempo de lazer. Para demonstrar que “todas as actividades de lazer são actividades de tempo livre, mas nem todas as de tempo livre são de lazer”, elaboraram um quadro classificatório denominado “Espectro do Tempo Livre”, contendo os principais tipos de actividades comumente realizadas em nossas sociedades no “tempo livre” (tempo liberto das ocupações de trabalho profissional).

Tais actividades foram assim distribuídas: a) rotinas do tempo livre (provisões rotineiras como necessidades biológicas e cuidados com o próprio corpo, rotinas familiares e o governo da casa); b) actividades intermediárias de tempo destinada a suprir necessidades de formação/ auto-satisfação/ auto-desenvolvimento (trabalho não profissional, actividades religiosas, estudo privado com vista a progressos profissionais, passatempos do tipo hobby); c) actividades de lazer (actividades pura ou simplesmente sociáveis, que podem ser mais ou menos formais; actividades de jogo ou miméticas, com participação como membro da organização, como espectador ou como actor e uma miscelânea de actividades menos especializadas, tais como viagens, banho de sol, dentre outras).

A elaboração do “Espectro do Tempo Livre”, segundo os autores, é uma tentativa de proporcionar uma classificação dos tipos de actividades desenvolvidas pelas pessoas no seu tempo livre, com o objectivo de esclarecer o conceito dos termos “lazer” e “tempo livre”.

Trata-se de uma estratégia para estabelecer o “lugar” do lazer no tempo livre das pessoas e a relação entre os numerosos tipos de actividades de tempo livre.

O quadro torna possível visualizar o que as actividades de lazer têm em comum e o que as distingue entre si de todas as outras actividades humanas, não restringindo-se ao trabalho profissional. Além disso, evidenciam o fato de que um grande número de

actividades de tempo livre não é dedicado ao lazer. Esclarece, ainda, que, em sociedades complexas, a rotina está presente, em diferentes graus, também nas diversas actividades de tempo livre e não apenas nas profissionais.

Podemos então concluir que o dia se divide em dois tipos de tempo:

- Tempo de trabalho laboral – Aquele tempo em que trabalhamos e cumprimos as nossas tarefas laborais;
- Tempo para além do trabalho laboral – este divide-se em dois:
 - O tempo disponibilizado para realizar as actividades que fazem parte do quotidiano, as tarefas domésticas;
 - O tempo livre;

2.3. Diferenças entre Recreação, Lazer, Jogo e Brincadeira

Como se pode analisar nos conceitos existem algumas diferenças entre a recreação, o lazer, o jogo e a brincadeira.

Entende-se por recreação, todas actividades que o indivíduo procura praticar em seu tempo livre buscando a sua satisfação. As brincadeiras são também actividades onde o indivíduo as procura, porém a diferença é que nas brincadeiras o praticante para obter o resultado deve-se entregar totalmente à actividade transformando-a em divertida, alegre e que cause um bem-estar em quem procura este estado de espírito. Uma actividade recreativa pode não obter esse resultado.

O lazer pode ser ao mesmo tempo férias e trabalhos voluntários, nadar e fazer desporto, prazeres gastronómicos e entretenimentos musicais, actividades de azar, leitura de jornal e estudo de uma obra-prima, conversa fútil e conversa cultural. São actividades que não visam a obtenção de um pagamento e colocam-se à margem das obrigações familiares, sociais, políticas e religiosas. São desinteressadas e realizadas livremente, a fim de proporcionar satisfação aos indivíduos que as praticam.

Fazendo a distinção entre jogo e brincadeira pode-se dizer que o jogo é a actividade com regras que define uma disputa “que serve para brincar” e brincadeira é o acto ou efeito de brincar, entreter-se, distrair-se com um brinquedo ou jogo. Ao tentar estabelecer a diferença entre jogos e brincadeiras há apenas uma pequena mudança: o jogo é uma brincadeira com regras e a brincadeira, um jogo sem regras. O jogo origina do brincar ao mesmo tempo em que é o brincar.

2.4. Recreação e lazer

O crescimento industrial, nos finais dos anos 50 contribuiu para a diminuição de mão-de-obra.

A concentração dos trabalhadores quer nas zonas urbanas e zonas rurais, fizeram com que houvesse utilização de tecnologias e isso provocou um crescimento que conduziu a alterações social, perda da identidade local, mudanças culturais, demográficas, levando mudanças de mentalidade com respeito ao tempo livre.

É fácil ouvir as pessoas falarem da recreação e lazer como sinónimos, por não saberem diferenciar os conceitos, fazendo mau uso dos mesmos.

Para iniciar podemos referir-nos ao tempo em que as pessoas destinam na vida para as mais diversas ocupações. O tempo total de uma pessoa é caracterizado por todo o seu tempo e pode ser subdividido em três partes, que não têm necessariamente a mesma duração, dependendo da prioridade de cada um.

Tempo de trabalho – tempo utilizado em compromisso, com responsabilidade, obrigação e envolve retorno financeiro, como exemplo podemos citar o tempo em que um professor leva para preparar a sua aula, e não somente o tempo em que está envolvido directamente na actividade, que é segundo os autores citados, o horário de trabalho. É importante ressaltar também que o tempo de estudo, na escola e fora dela, é considerado um tempo de trabalho.

Tempo de necessidades básicas vitais – é o tempo destinado para a realização das necessidades sem as quais o ser humano não vive, como: sono, alimentação, necessidades fisiológicas e higiene.

Tempo livre – é o que sobra em termos de tempo em relação às outras subdivisões, ou seja são o tempo total de uma pessoa diminuído daí o tempo de trabalho e o tempo de necessidades básicas vitais. E é exactamente neste tempo livre que as pessoas têm seu tempo de lazer, onde o facto de alguém apresentar predisposição para

realizar alguma actividade lúdica (se divertir, entreter-se) demonstra que essa pessoa está em uma situação de lazer e a partir do momento em que concretiza essa vontade, ela está tendo sua recreação.

A recreação não é necessariamente uma actividade, mas uma circunstância, uma atitude.

A actividade que um indivíduo pratica e assim atinge sua recreação, chama-se de actividade recreativa ou actividade lúdica. Mas é importante observar que nem toda a atitude realizada fora do tempo de trabalho ou do tempo de necessidade básicas vitais, é lazer, pois para ser considerada como tal, tem que apresentar a componente lúdica. Um exemplo é ir a uma festa a qual não se tem vontade de ir, porém se decide ir apenas por obrigação, o que se chamamos de obrigações sociais. Exemplos similares podem ser: ida a um velório, compras do dia-a-dia, entre outros.

2.5. Características da recreação e lazer

- Escolha livre (interesse pessoal de cada indivíduo);
- Actividades diversificadas;
- Prática sem pressão externa (opção individual);
- Proporciona estado psicológico positivo;
- Satisfação pessoal de cada indivíduo

2.6. Benefícios da recreação e lazer

- Tempo livre dinâmico;
- Maior tempo de vida;
- Novos tempos sociais;
- Tempos sociais modificados.

CAPÍTULO III – ENQUADRAMENTO METODOLÓGICO

O presente capítulo refere-se aos procedimentos metodológicos em que assenta esta investigação, incluindo, objecto de estudo, a selecção dos inquiridos. São descritos os critérios de escolha dos sujeitos; apresentam-se o instrumento de recolha de dados, baseado num outro semelhante e adaptado à realidade cabo-verdiana. É importante ressaltar que todo o processo metodológico foi estabelecido em função das necessidades da pesquisa e fundamentado na análise bibliográfica efectuada, sobretudo em investigações disponíveis sobre o tema em estudo.

3.1- Descrição da metodologia utilizada e sua justificação

A metodologia utilizada neste estudo foi de natureza qualitativa e quantitativa e com relação aos objectivos da pesquisa, pode ser classificada de descritiva, na forma de “surveys”, que segundo Gil (1999, p. 70), “caracterizam pela interrogação directa das pessoas cujo comportamento se deseja conhecer. Basicamente, procede-se à solicitação de informações a um grupo de pessoas acerca do problema estudado para em seguida, mediante análise quantitativa, obter as conclusões correspondentes dos dados recolhidos.”

Ainda no que diz respeito à metodologia de pesquisa, é importante destacar que, por se tratar de uma investigação que envolve o estudo de seres humanos, foram observados aspectos éticos aplicáveis, os quais se inserem principalmente nas seguintes categorias: consideração à pessoa humana, sigilo profissional e confidencialidade dos dados e dos sujeitos.

3.2 - População do estudo e selecção da amostra

A população do nosso estudo é constituída pelo total de cerca de 300 moradores da comunidade de Espinho Branco.



Figura 10 - Mapa da Ilha de Santiago

A dimensão da amostra corresponde a 38 indivíduos pertencentes a comunidade em estudo. Elegemos essa comunidade por ela habitar nas montanhas em lugares de difícil acesso, agruparem-se em comunidade própria, com os seus princípios de forma de viver. Do exposto anteriormente pretendíamos conhecer (por causa dessas características) se os mesmos possuíam formas diferentes de lazer em relação a sociedade em geral.

A composição da amostra foi em função da disponibilidade e presença na comunidade aquando a visita do entrevistador.

3.3 Procedimentos de recolha

Para a recolha de dados foi utilizado um questionário composto por perguntas abertas e fechadas, baseado na Escala de Likert. Este foi aplicado pelo próprio pesquisador.

Antes do preenchimento dos questionários, os inquiridos eram informados que a resposta era voluntária, confidencial e anónima.

De modo geral os sujeitos responderam ao questionário sem dificuldades, com excepção de alguns, para os quais foi necessário repetir em crioulo as questões de forma ainda mais simples, para que pudessem compreender e respondê-las com coerência.

É importante ressaltar que houve cooperação total dos sujeitos no processo de resposta ao questionário. Muitos deles expressaram satisfação em participar da actividade.

O questionário foi aplicado durante um fim de semana no mês de Maio

3.4. Apresentação e análise dos dados

Após a aplicação, os questionários foram reunidos para introdução na base de dados e análise estatística.

Para descrever os dados utilizou-se da estatística descritiva através do método percentual.

As respostas dos entrevistados foram analisadas e confrontadas com o marco teórico de nossa pesquisa, tendo em vista o objectivo proposto.

3.4.1 Perfil dos inquiridos

Tabela 1 - Distribuição da amostra segundo a Idade

Idade	n	%
7 a 15 anos	9	23,7
16 a 25 anos	11	28,9
26 a 35 anos	8	21,05
36 a 45 anos	8	21,05
46 a 55 anos	2	5,3
Total	38	100

No que respeita a idade, observamos que, 28,9% têm idade compreendida entre 16-25 anos; 23,7% tem idade entre 7-15 anos, 21, 05% tem idade entre 26-45 anos e 5,3% dos inquiridos têm idade entre 46-55 anos.

Tabela 2-Distribuição da amostra em função do género

Género	n	%
Masculino	22	57,9
Feminino	16	42,1
Total	38	100

Verificamos que em relação ao género, 57,9% são do género masculino e 42,1% do género feminino.

Tabela 3- Distribuição da amostra segundo o agregado familiar

Agregado familiar	n	%
Pai	1	2,6
Mãe	4	10,5
Pai e Mãe	7	18,5
Filhos e Companheiro (a)	15	39,5
Mãe, companheiro (a) e filho	7	18,5
Tio, Tia, irmão	3	7,8
Sozinho (a)	1	2,6
Total	38	100

Sobre o agregado familiar constatamos que 39,5% vivem com filhos e companheiro(a); com a mesma percentagem, 18,5% vivem com (pai e mãe), (mãe, companheiro(a) e filho); com 10,5% vivem somente com a mãe; 7,8% vivem com o tio, tia e irmão e com a mesma percentagem 2,6% vivem sozinhos/com o pai.

Tabela 4- Estado civil dos inquiridos

	n	%
Solteiros	38	100

Todos os inquiridos são solteiros.

Tabela 5- Rendimento familiar dos inquiridos

Rendimento familiar	n	%
0-5.000	12	31,6
6.000-10.000	23	60,5
11.000-15.000	3	7,9
Total	38	100

Quanto ao rendimento mensal, verificamos que a maioria, 60,5%, tem rendimentos que variam entre,6.000-10.000 escudos, 31,6% tem o rendimento entre 0-5.000 escudos e com 7,9% tem o rendimento que variam entre 11.000-15.000 escudos.

Tabela 6- Grau de escolaridade dos rabelados

Grau de escolaridade	n	%
Nunca estudou	31	81,6
1º - 6º ano	7	18,4
Total	38	100

Com relação à escolaridade 81,6% dos inquiridos nunca estudaram e 18,4% estuda entre 1º ano a 6º ano de escolaridade.

Tabela 7 – Sentimento de prazer pelo trabalho realizado

	n	%
Sempre	19	50
Com frequência	9	23,7
Às vezes	8	21
Raramente	-	-
Nunca	2	5,3
Total	38	100

Quanto aos dados da tabela, os resultados indicam que 50%, encontram sempre prazer no trabalho que realizam, 23,7 % com frequência, 21% às vezes e 5,3% raramente sentem prazer no trabalho realizado.

Tabela 8 – Sentimento de prazer na realização de uma actividade em tempo de trabalho vs fora dele

	n	%
Sempre	26	68,4
Com frequência	5	13,2
Às vezes	4	10,5
Raramente	3	7,9
Nunca	-	-
Total	38	100

Dos resultados obtidos 68,4% dos inquiridos, indica que sempre sente prazer realizando uma actividade dentro do seu horário de trabalho e fora dele, 13,2% com frequência, 10,5% às vezes e 7,9% raramente.

Tabela 9 – Frequência de cuidados da família e participação na arrumação da casa durante o tempo livre.

	n	%
Sempre	30	79,9
Com frequência	5	13,2
Às vezes	3	7,9
Raramente	-	-
Nunca	-	-
Total	38	100

Dos dados apresentados na tabela, a maioria dos inquiridos, 79,9% responderam que sempre cuidam da família e participam na arrumação da casa, 13,2% com frequência e apenas 7,9 escolheram às vezes.

Tabela 10 – Frequência de descanso depois do almoço

	n	%
Sempre	11	28,9
Com frequência	15	39,5
Às vezes	10	26,3
Raramente	2	5,3
Nunca	-	-
Total	38	100

Pelos dados desta tabela, 39,5% dos inquiridos demonstram que estas actividades são realizadas com frequência, 28,9% sempre, 26,3% às vezes e 5,3% raramente.

Tabela 11- Frequência de passeios ou conversa com amigos

	n	%
Sempre	28	73,7
Com frequência	6	15,8
Às vezes	4	10,5
Raramente	-	-
Nunca	-	-
Total	38	100

Nesta tabela o resultado indica que 73,7% dizem que sempre realizam essas actividades, 15,8% com frequência e 10,5% às vezes.

Tabela 12- Frequência em praticar ou assistir qualquer tipo de actividade desportiva

	n	%
Sempre	13	34,2
Com frequência	9	23,7
Às vezes	13	34,2
Raramente	3	7,9
Nunca	-	-
Total	38	100

Dos 38 inquiridos, 34,2% disseram que sempre e também às vezes fazem essas actividades, 23,7% com frequência e 7,9% raramente.

Tabela 13 - Actividades que proporcionam mais prazer no dia-a-dia.

	n	%
Actividades de rotinas: higiene, alimentação, tarefas doméstica e atenção a familiares.	16	42,1
Actividades de formação e auto desenvolvimento: trabalho social voluntário, estudo, actividades religiosas.	13	34,2
Actividades de lazer: encontros sociais formais ou informais, jogos e actividades desportivas, viagens, caminhadas, passeios.	9	23,7
Total	38	100

As actividades do primeiro grupo diziam respeito a cuidados com higiene, alimentação, tarefas domésticas e atenção a familiares, o que recebeu a classificação de

42,1% dos entrevistados, as actividades do segundo grupo diziam respeito ao trabalho social voluntário, estudo, actividades religiosas recebeu a classificação de 34,2% e as actividades do terceiro grupo, encontros sociais formais ou informais, jogos e actividades desportivas, viagens, caminhadas, passeios recebeu uma classificação de 23,7% dos inquiridos.

Tabela 14 - Actividades que mais gostam de realizar

	n	%
Estar com a família	6	15,8
Pescar	3	7,9
Tomar banho no mar	3	7,9
Trabalhar em casa	4	10,5
Encontro com amigos	1	2,6
Passear	1	2,6
Viajar	1	2,6
Assistir desporto	4	10,5
Actividade religiosas/ Participação no culto	2	5,3
Jogar baralho e oril	3	7,9
Estudar	2	5,3
Descansar/ não fazer nada	4	10,5
Caminhada	2	5,3
Inventar coisas	2	5,3
Total	38	100

Na última alternativa foi pedido que os inquiridos escolhessem três (3) actividades que mais gostavam de fazer. Constatamos que 15,8 % prefere ficar com a família, 10,5% preferem trabalhar em casa, assistir desporto e descansar/não fazer nada, 7,9% prefere pescar, tomar banho de mar, jogar baralho e oril. As últimas actividades escolhidas foram encontro com amigos, passear e viajar.

CAPÍTULO IV – ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

Para analisar as respostas dos entrevistados neste momento será feito o confronto com o marco teórico de nossa pesquisa, tendo em vista conhecer a realidade existente no tempo livre desse grupo.

Avaliar a qualidade de vida e lazer é uma tarefa complexa que envolve uma série de discussões acerca dos procedimentos metodológicos a serem utilizados.

Quando questionados, se sentes prazer em todo o trabalho que realizas, a maioria dos entrevistados mostraram que sempre encontravam prazer durante o período de trabalho.

Quando questionados, se sentes mais prazer quando realizas uma actividade dentro do teu horário de trabalho do que quando estás fora dele os resultados da pesquisa demonstraram, que sempre, sentem prazer. Esta constatação vem de encontro com a teoria de Elias e Dunning (1982). Para os autores, o lazer não entra em oposição ao trabalho, como é mostrado em outras teorias, principalmente as de cunho marxista, sua função é a de fazer oposição às rotinas de vida social, entre as quais são encontradas as ocupações profissionais.

Em relação aos cuidados da família e arrumação da casa, destaca-se nas respostas, que este tipo de actividades está sempre presente no tempo livre dos entrevistados. Muitas dessas actividades constituem trabalho duro (arrumar a casa). Muitos desses trabalhos devem ser quer se goste ou não e consequentemente passam a fazer parte da rotina de cada família. Estas tarefas dificilmente podem ser chamadas de lazer.

Em relação as actividades de repouso, como dormir depois do almoço, essas actividades apresentam com frequência nos entrevistados. Estas actividades tendo em conta Elias e Dunning (1992) poderão ser consideradas como lazer.

As actividades de sociabilidade como passeios conversas com os amigos, os entrevistados indicaram que estas actividades aparecem sempre no seu tempo livre.

Essas actividades não poderão ser consideradas como trabalho mesmo que envolva algum esforço significativo.

Em relação as actividades miméticas ou jogos, os resultados da pesquisa demonstram que aparecem sempre e as vezes. As actividades deste tipo são consideradas de actividades de tempo livre que possuem carácter de lazer, quer se tome parte elas como actor ou como espectador. Estas actividades estão directamente associadas à destruição da rotina, característica essa, da excitação mimética. Segundo Elias e Dunning (1982) a excitação mimética, na perspectiva social e individual, é desprovida de perigo, proporcionando as pessoas experimentarem a explosão de fortes emoções em público, um tipo de excitação que não coloca em risco a ordem social como ocorre nas situações sérias da vida. Não devemos esquecer que os Rabelados não participam em certas cerimónias sociais e culturais devidos as suas normas.

De certa forma isso serve para demonstrar que a utilização do termo tempo livre, como sinónimo de lazer, não é verdadeira, mostrando de forma clara, que uma parcela considerável do tempo livre dos indivíduos pesquisados não pode ser considerada como lazer.

Na penúltima pergunta as actividades foram classificadas conforme Elias e Dunning (1992) chamam de “grau de rotina” e assim estas actividades foram separadas em três grupos distintos: actividades rotineiras, actividades de formação e auto desenvolvimento e actividades de lazer.

Como podemos verificar a maior percentagem recaiu sobre o primeiro grupo como actividades de maior prazer, contrariando os autores que as consideram como sendo actividades de rotina e pouco prazerosas. No entanto a maioria dos estudos sobre o fenómeno lazer enfoca sua actuação enquanto contraposição ao trabalho. O tempo destinado às actividades de lazer seria o tempo de “não-trabalho”. Já Weber, citado por Quintas & Castaño (1998), definia o tempo livre como “...aquele tempo que fica depois de realizar o trabalho heterónimo, sobretudo na forma de trabalho assalariado, assim como depois de sobrar os tempos necessários para dormir, ir ao trabalho, comer e cuidar do próprio corpo”.

Esses dados poderão dever-se a sua forma de estar, por exemplo eles são considerados um povo que como o próprio nome diz “Rabelados” e como tal não terem o costume de sair com tanta frequência da comunidade. Devemos destacar a forma

precisamente no antigamente terem ido morar em locais de difícil acesso para não serem encontrados nem juntarem-se as outras pessoas. Os Rabelados vivem essencialmente da agricultura de sequeiro, trabalhando em pequenas parcelas de terra. Além da agricultura, praticam a pecuária, fazem criação de gado: bovino, caprino, suíno e entre outros. Eles preocupam-se muitos com os seus animais, pois eles acreditam que a continuação de alguns hábitos e costumes dependem da criação desses animais.

As actividades religiosas, escola, etc., detêm o segundo lugar e escolha dos inquiridos. Para os autores Elias e Dunning (1992) essas actividades podem ser menos rotineiras que as primeiras e até gratificante, porém exigem disciplina e em grande medida a manutenção da conduta civilizada que reprime algumas manifestações espontâneas. Esses resultados vão de encontro ao que acontece no dia a dia, somente há muito pouco tempo é que os filhos dos Rabelados começaram a frequentar a escola primária e secundária, e só se dedicarem a actividades religiosas aos sábados e domingos das 8 as 14 horas.

O grupo menos escolhido foi precisamente as que são consideradas como de lazer por Elias e Dunning (1992) que são consideradas actividades que não se transformam em rotinas. Esses dados poderão estar relacionados, primeiro pelas condições infra-estruturais que a própria comunidade apresenta e também pela sua história de vida desde a sua constituição.

CAPÍTULO V – CONCLUSÕES E RECOMENDAÇÕES

No presente estudo, foi possível observar padrões de qualidade de vida e lazer diferentes entre jovens crianças e adultos.

As informações obtidas junto dos Rabelados permitem-nos neste momento retirar as seguintes ilações:

- Os Rabelados em estudo vivem a sua maioria com os filhos e companheiros (as);
- Todos são solteiros;
- Possuem um rendimento familiar que varia entre os seis e dez mil escudos;
- A maioria deles nunca estudou;
- Sentem prazer no trabalho que realizam;
- Sentem prazer em cuidar da família, e a passear e conversar com amigos e descansam com frequência depois do almoço;
- A partir do exposto, pode-se dizer que a qualidade de vida dos rabelados está dado pelas actividades de rotina principalmente o cuidar da família e a realização de tarefas domésticas.

No final deste trabalho, algumas das dúvidas que se colocaram, não puderam ser respondidas. Desta forma gostaríamos de deixar expressas algumas sugestões de estudos que poderiam ser realizados em futuras investigações:

- Utilização de uma metodologia qualitativa, baseada na história de vida dos integrantes da comunidade;
- O aprofundamento do tema deste estudo abrangendo outras comunidades;
- A replicação deste estudo considerando outras variáveis;

Desta forma, ao se diagnosticar deficiências relacionadas ao lazer, ou a ausência do lazer, sejam traçadas estratégias para reverter a situação, através da melhora das condições de trabalho, ou da própria oferta de actividades de lazer, fazendo com que o este passe a compor um indicador positivo para a comunidade.

LIMITAÇÕES DO ESTUDO

Ao concluir o nosso trabalho, fomos confrontados com algumas limitações:

- Falta de bibliografia acerca dos Rabelados;
- A falta de meios para deslocarmos as vezes que queríamos a comunidade e vivenciar assim mais de perto o dia a dia dos mesmos;
- Problemas de saúde, que não permitiram explorar mais esse tema junto à comunidade;

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Ander-Egg, E. (1999), *O Léxico do Animador*, Amarante: Edições ANASC.
- Associação Mundial de Recreação e Lazer. *Carta internacional de educação para o lazer*. Disponível em http://www.saudeemmovimento.com.br/conteudos/conteudo_exibe1.asp?cod_noticia=195. Acesso em 26 mar. 2008.
- Dumazedier, J. (1980), *Valores e conteúdos culturais do lazer*. São Paulo.
- Elias, N. & Dunning, E. (1992). *A Busca da Excitação*. Lisboa: Difel.
- Elias, N.(1994). *O Processo Civilizador – Uma História dos Costumes* (vol. 1). Rio de Janeiro: Jorge Zahar, p. 268-269.
- Gaspar, C. A. de F. (2001). *Qualidade de vida de trabalhadores que participam de práticas externas de cidadania empresarial: possibilidades de transformações individuais e coletivas*. Dissertação (Mestrado em Engenharia de Produção) - Programa de Pós-Graduação em Engenharia de Produção da Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis.
- Gil, A.C. (1999) – Métodos e técnicas de pesquisa social. *Atlas*. 5ª Edição. São Paulo.
- Gutierrez, G. L.(2001) *Lazer e prazer: questões metodológicas e alternativas políticas*. Campinas – SP: Autores Associados.
- Junior, J. (1974). *Os rabelados na Ilha de Santiago*.
- Maia, A.S (2001) - Viver com qualidade: desafio para o século XXI in Moreira, W.W. (org.) – *Qualidade de vida: Complexidade e educação*. *Papiros*. São Paulo.
- Marcelino, N.C. (1998). “Lazer: Concepções e Significados”. In *Revista Licere*, Belo Horizonte, v.1, n.1, p 39.
- Mensink, G. B. M.; Loose, N. & Oomen, C. M., (1997). Physical activity and its association with other lifestyle factors. *European Journal of Epidemiology*, 13:771-778.
- Mion Junior, D.; Pierin, A. M. G.; Gusmão, J. L de. (2005). *Desafios no controle da pressão arterial no Brasil: a qualidade de vida e a terapêutica anti-hipertensiva*.

Disponível em: <http://www.deciomion.com.br/medicos/folhetos/index.asp>. Acesso em 26 Mar. 2008.

Padilha, V. (2002). “A indústria cultural e a indústria do lazer: uma abordagem crítica nas sociedades capitalistas globalizadas”. In: Muller, A. e Da Costa, L. P. Lazer e desenvolvimento regional: um entre jogo possível. Santa Cruz do Sul: EDUNISC.

Pilatti, L. A. (2007). Qualidade de vida no trabalho: perspectivas na sociedade do conhecimento. In: Vilarta, R. et al. *Qualidade de vida e novas tecnologias*. Campinas: Ipes Editorial.

Proni, M.W. (2001) – A teoria do lazer de Elias e Dunning. in: Simpósio internacional Processo Civilizador, 6., Assis. Coletânea. *Lasergráfica*. Assis.

Santos, S. R. dos et al.(2002).Qualidade de vida do idoso na comunidade: aplicação da Escala de Flanagan. *Rev. Latino-Am. Enfermagem*. vol.10 no. 6 Ribeirão Preto Nov. /Dec.

Weber, E (2001). El problema del tiempo libre. Estudio antropológico y pedagógico. Madrid: Nacional, 19a Ed.

ANEXO